

Sehr geehrte Besucher,

In diesem Monatsplan finden Sie die täglichen Angebote aus dem Monat

**August 2025**

Haben Sie dazu Fragen oder möchten sich für ein Angebot anmelden?

**03334 – 3876980**

**silberwald@kontakt-egerswalde.de**

*Angebote für Menschen mit und ohne Pflegegrad.*

Neuigkeiten:

- Flohmarkt 08.08.25
- *Neu!* Qi Gong mit Gabi 11.08 und 25.08
- *Neu!* Strickclub am Freitag
- *Neu!* Gedächtnistraining am Freitag
- *Neu!* Walking mit Dominik

Beratung zu Unterstützungsangeboten, soziale Beratung,  
Hilfe & Serviceleistungen  
z.B. Ausfüllen von Anträgen/Formularen, Terminbuchungen etc.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin zu unseren Sprechzeiten

**Montag 11-15 Uhr**

**Dienstag 11-15 Uhr**

**Вторник с 11:00 до 15:00**

**Mittwoch 11-15 Uhr**

*(sowie nach Vereinbarung)*

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.  
**Spreewaldstraße 1  
16227 Eberswalde**



# Mittagstisch im Silberwald

## **August 2025**



\* Änderung vorbehalten

Donnerstag, 07.08.2025 Königsberger mit Salzkartoffeln (+ Nachtisch)	7,50 Euro pro Person	Anmeldung bis 06.08.2025
Donnerstag, 14.08.2025 Russische Hühnersuppe mit hausgemachten Nudeln und Baguette + Salat (+ Nachtisch)	7,00 Euro pro Person	Anmeldung bis 13.08.2025
Donnerstag, 21.08.2025 Brunch	4,99 Euro pro Person	Anmeldung bis 20.08.2025
Donnerstag, 28.08.2025 Frikassee mit Reis (+ Nachtisch )	7,50 Euro pro Person	Anmeldung bis 27.08.2025

# FLOHMARKT

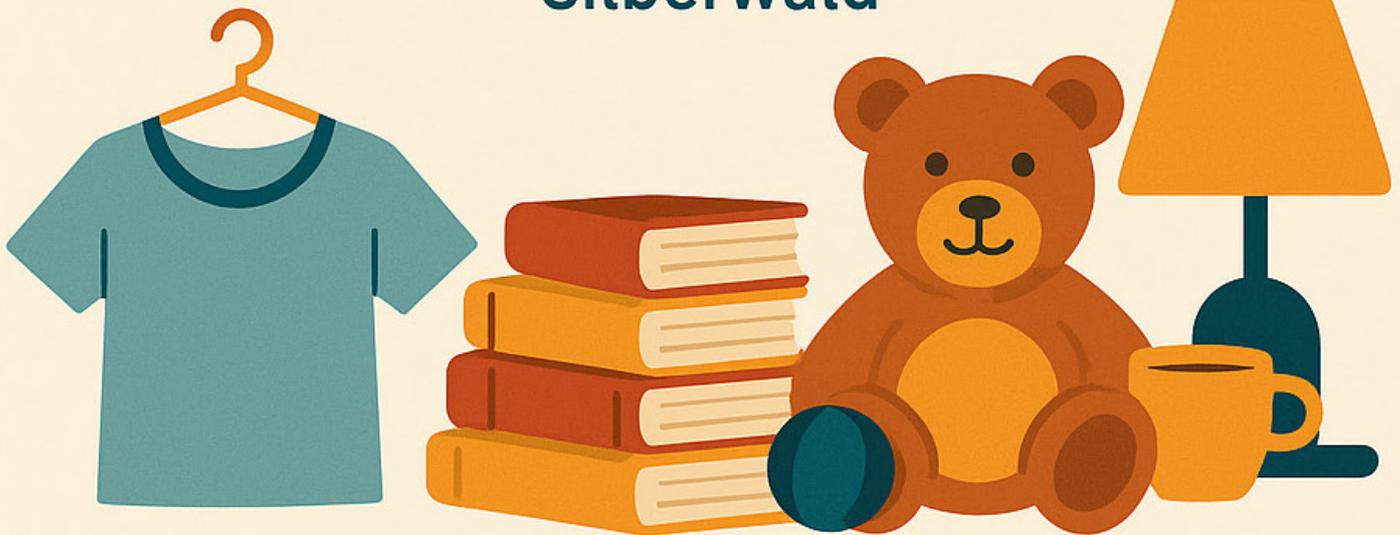
## IM SILBERWALD



**Freitag**

**09:00 – 12:00 Uhr**

**Begegnungszentrum  
Silberwald**



**Riesige Auswahl an Gegenständen wie  
Bücher, Kleidung, Schmuck und Haushaltswahren.  
falls ihr selber was verkaufen wollt gibt uns  
Bescheid !**

**Kontakt:**

**03334-3876980**

**silberwald@kontakt-egerswalde.de**

**Spreewaldstr. 1 16227**

## Kalenderwoche 31

### Freitag, 01.08.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

10.00 – 12.00 Gedächtnistraining mit Petra

10.00 - 12.00 Strickclub

## Kalenderwoche 32

### Montag, 04.08.2025

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



### Dienstag, 05.08.2025

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

10.00 – 12.00 Brunch

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Petra)

16.00 – 18.00 Kunsttherapie mit Maria & Valeriy



### Mittwoch, 06.08.2025

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

10.30 – 13.00 Dart

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy (Kerim)

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

### Donnerstag, 07.08.2025

10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

13.00 – 15.00 Sprach-Café

13.00 – 15.00 Spielenachmittag

15.00 – 16.00 Beratung und Unterstützungsangebote (Irina)

### Freitag, 08.08.2025

9.00 – 12.00 Flohmarkt



**Montag, 11.08.2025**

**9.00 – 10.15 Qi Gong mit Gabi**

10.30 – 12.30 dt.-russ. Tanzgruppe

**13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag**

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



**Dienstag, 12.08.2025**

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

**10.00 – 12.00 Brunch**

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Petra)

**Mittwoch, 13.08.2025**

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

**10.30 – 13.00 Dart**

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)



**Donnerstag, 14.08.2025**

**10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan**

~~10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)~~

13.00 – 15.00 Sprach-Café

13.00 – 15.00 Spielenachmittag

15.00 – 16.00 Beratung und Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 – 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)



**Freitag, 15.08.2025**

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

**10.00 – 12.00 Gedächtnistraining mit Petra**

**10.00 – 13.00 Strickclub**

**Montag, 18.08.2025**

- 10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe
- 13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag**
- 15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität
- 16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)
- 17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



**CAFÉ  
DER  
ERINNERUNGEN**  
für Angehörige von Menschen mit Demenz

Austausch, Kontakt, Gemeinsamkeit

Jeden 3. Dienstag im  
Monat  
17.00 – 19.00

Begegnungsstätte Silberwald  
Spreewaldstraße 1  
16227 Eberswalde  
03334 3876980



**Dienstag, 19.08.2025**

- 9.00 – 10.00 Walking mit Dominik
- ab 12.00 Mittagstisch Milchreis + Apfelmus**
- 13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Petra)
- 16.00 – 18.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy
- 17.00 – 19.00 Café der Erinnerungen  
(für Angehörige von Menschen mit Demenz)**

**Mittwoch, 20.08.2025**

- ~~9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)~~
- 10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)
- 13.00 – 15.00 Hilfe am PC/Laptop sowie Smartphone/Handy
- 16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

**Donnerstag, 21.08.2025**

- 10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)
- 12.00 – 13.30 Brunch**
- 13.00 – 15.00 Sprach-Café
- 13.00 – 15.00 Spielenachmittag
- 15.00 – 16.00 Beratung und Unterstützungsangebote (Irina)



**Freitag, 22.08.2025**

- 10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe
- 10.00 – 12.00 Spaziergang + Eis essen im Silberwald**



**Montag, 25.08.2025**

**9.00 – 10.15 Qi Gong mit Gabi**

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

**13.30 – 15.00 Kaffeenachmittag**

15.00 – 17.00 Mut zur Kreativität

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

17.45 – 20.00 Line-Dance (Dagmar)



**Dienstag, 26.08.2025**

9.00 – 10.00 Walking mit Dominik

**10.00 – 12.00 Brunch**

13.00 – 15.00 Spielenachmittag (Petra)

16.00 – 18.00 Malen lernen mit Maria & Valeriy



**Mittwoch, 27.08.2025**

9.15 – 10.15 Sport / Sitzgymnastik (Gabi)

**10.30 – 13.00 Dart**

10.00 – 14.00 Sozialberatung (Anmeldung erforderlich)

16.30 – 17.30 Sport (Fr. Fischer)

**Donnerstag, 28.08.2025**

**10.00 – 12.00 (Mittagstisch) gemeinsam Kochen/Essen > siehe Mittagsplan**

10.45 – 11.45 Rücken & Faszien Training (Annett)

13.00 – 15.00 Sprach-Café

13.00 – 15.00 Spielenachmittag

15.00 – 16.00 Beratung und Unterstützungsangebote (Irina)

16.00 – 17.30 wir singen dt. Volkslieder (Irina)



**Freitag, 29.08.2025**

10.00 – 12.00 dt.-russ. Tanzgruppe

**10.00 – 12.00 Gedächtnistraining mit Petra**

**10.00 - 12.00 Strickclub**